

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного
учреждения

ПРИЛОЖЕНИЕ

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питанияАО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А. К. Агапова

Акционерное общество
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ"
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

с 4 по 9 сентября, с 18 по 23 сентября 2023 г

2 - я неделя СЕНТЯБРЬ

№сб. пер 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,63	6,13	11,80	110
1-ЫЕ БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2022 Котлеты Школьные	90		11,7	10,5	7,8	169
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.		16,33	13,80	3,60	202
ТТК2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК2018 Блинчики п/ф со гущённым молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	сред.		17,70	23,11	42,95	454
ГАРНИРЫ						
ТТК2018 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,87	4,76	26,14	167
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	Итого с самост.бп юдом-	79,00	21,47	29,56	80,23	680
	Итого-	79,00	20,11	20,25	40,88	428

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	сред.		2,89	3,86	11,90	95
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренокками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
ТТК 2023 Гуляш из филе грудок индейки	50/50		11,1	14,3	4,40	191
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		13,84	13,85	4,22	197
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
	сред.		18,90	32,10	18,80	441
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2022 Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,00	36,29	56,66	654
	Итого-	79,00	24,16	24,72	78,52	638

№Сб. рсг 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
ТТК 2023 Салат-бар	100	1,9	6,2	7	93	
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.	1,19	3,34	9,40	75	
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216	
ТТК 2021 Гуляш из филе куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236	
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75	17,4	5,0	3,3214	128	
	сред.	16,15	12,35	4,64	193	
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	24,9	331	
ТТК2019 Рыбный киш	180	25,9	32,06	36,563	540	
	сред.	19,44	26,03	30,73	436	
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242	
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120	4,68	4,32	10,56	96	
	сред.	4,97	6,30	28,54	189,8	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34	
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128	
	сред.	0,53	0,04	19,35	81	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25	3,15	0,5	23,55	114	
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,30	29,86	83,03	705
	Итого-	79,00	25,99	22,47	85,48	652

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
ТТК 2023 Салат-бар	100	2	6,2	8,52	99	
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	сред.	1,63	6,13	11,94	111	
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Домашние (мясо-картофельные)	90	12,3	11,1	8,3	179	
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	80/25	14,2	6,0	2,6	121	
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
	сред.	13,50	13,60	3,23	188	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,8	357	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
	сред.	16,15	24,17	35,38	426	
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
ТТК2016 Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178	
	сред.	4,89	7,27	37,10	234	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46	
	сред.	0,07	0,01	9,58	39	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	80	
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	19,99	30,63	73,27	656
	Итого-	79,00	22,23	27,32	78,22	652

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
ТТК 2023 Салат-бар	100	1,3	6,1	6,5	87	
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	сред.	2,66	3,83	11,23	91	
1- ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	80/5	19,9	4,3	2,4	128	
ТТК 2032 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332	
ТТК 2021 Фрикадельки мясные в соусе	55/50	12,5	14,9	5,2	205	
	сред.	17,88	14,30	4,10	216	
ТТК2023 Жаркое по- домашнему (с говядиной)	30/170	8,7	9,8	24,4	221	
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371	
	сред.	18,35	9,60	33,45	296	
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК2023 Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160	
	сред.	5,11	6,14	29,25	194	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10	0,55	0,1	13,4	58	
ТТК2022 Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,0	11,15	46	
	сред.	0,35	0,04	12,28	52	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30	3,78	0,5	23,34	137	
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	25,14	14,00	80,30	576
	Итого-	79,00	29,77	24,84	80,20	690

ЛАНЧ СЕНТЯБРЬ 2 неделя

Ланч

№Сб. рел 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с соусом Переменка	180/20	20,2	21,7	36,1	422
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
	Итого-	79,00	23,28	22,70	71,3	592

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор


